

## Moliūgas, įdarytas antiena ir bulguru



### Gaminimas

Vidurnaktis šiam moliūgui nebaisus. Niekuo jis nepavirs. Nes iki to laiko jis jau bus suvalgytas. Tokio gardumo nevalia palikti.

1. Nupjaukite moliūgo viršūnę, išimkite vidų, palikdami maždaug 2-2,5 cm storio sieneles. Sieneles labai gerai ištrinkite druska ir dalimi sviesto. Svogūną ir morkas supjaustykite. LAPINO PUOTA šviežią ančių kulšelių mėsą (troškinti, kepti) apibarstykite svanų druska ir paprikomis. Keptuvėje ištirpinkite likusį sviestą ir jame pakepkite svogūnus ir morkas, po to sudėkite antiena, dar šiek tiek pakepkite.
2. Bulgurą nuplikykite verdančiu vandeniu, palaikykite 3-5 min., nukoškite, sumaišykite su vištiena.
3. Vištieną su bulguru, svogūnais ir morkomis sudėkite į moliūgą, supilkite sultinį, uždenkite moliūgo „dangčiu“.
4. Moliūgą įvyniokite į kepimo popierių ir šaukite į orkaitę. Po 1,5 val. atsargiai mediniu iešmeliu pabadykite ir pažiūrėkite, ar moliūgas jau suminkštėjo. Minkštą moliūgą traukite iš orkaitės.

Receptas sukurtas bendradarbiaujant su VMG komanda.

[Atgal į receptų sąrašą](#)

### INGREDIENTAI

680 g	LAPINO PUOTA šviežios ančių kulšelių mėsos (troškinti, kepti)
2-3 kg	moliūgas
50 g	sviesto
1	svogūno
2-3	morkų
1 v.š.	svanų druskos
1 v.š.	maltų saldžiųjų paprikų
½	aitriųjų maltų paprikų
300 ml	stambaus bulguro
300 ml	sultinio